

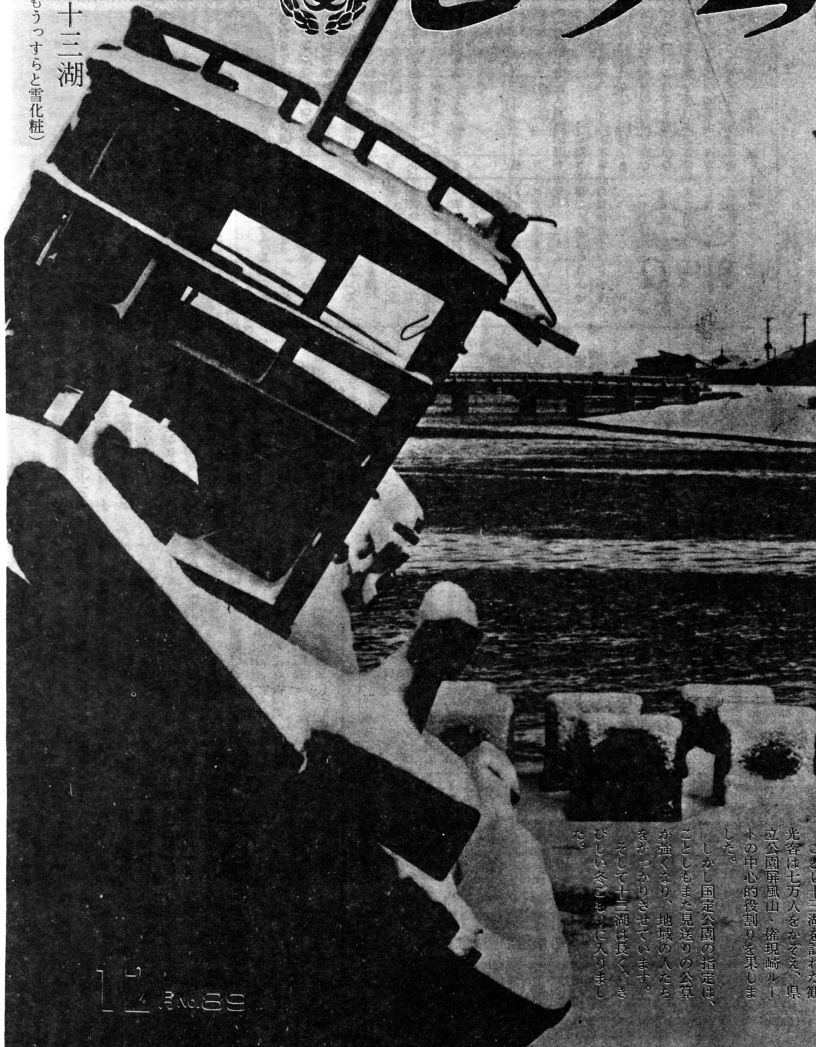
広報



しづら

師走の十三湖

(麻船もつすらと雪化粧)



この十三湖を囲んだ観光客は七万人をかぞえ、県立公園群風山、松原崎カキの中心的役割りを果しませ

し。しかし国産公園の北東部、ことしもまた見送りの公衆が揃ふなり、地域の人はよりをたのむかきまじりませ。そして十三湖は長く、きびしい冬もまじり入りませ

1953

楽しい老後を築くために

…あなたも加入の手続きを…

農業者年金

- ◇五〇アール以上の農業経営主で国民年金へ加入している大…
- ◇正五年一月二日以降に生まれた人は、すべて農業者年金に…
- ◇加入しなければならぬことになっています。しかし、本…
- ◇村の加入者はかえらるほどしなく、農家のみなさんの老…
- ◇後の保障が心配されています。

国民年金に加入している五十五歳未満の人で、五〇アール未満の農業経営主、農業生産法人の営む農業に常時従事している構成員、五〇アール以上の農業経営主の後継者は希望によって加入できます。

高年齢者はすぐ加入を

大正五年(大正九年生)までの人は五年以上保険料を納めれば年金がもらえることになっております。しかし、保険料は二年以上さかのぼって納めることができませんで、あまり加入の手続きがおくれまると保険料を納めた期間が五年に満たないことになり、永久に年金が受けられなくなりま

昭和引年かた年金を支給

農業者年金を受けるためには、普通二十年以上保険料を納めなければなりません。制度発足の時(四十六年一月一日)の加者の年齢によって本来の二十年を五年まで短縮するという優遇措置があります。したがって早い場合は昭和五十二年かた年金が受けられます。あなたのお知り合いのかたがたまたまに加入されてお

保険料は七五〇円

保険料は月額七百五十円で三カ月ごとにとまとめて納めていただきます。

物価の上昇で年金も上がる

この制度の年金額は国民年金などと同じように物価や生活水準の変動に応じて改定されることばつきり法律で定められていますから安心できます。

年金はいっからもらえないか

農業経営を後継ぎにゆず

体力づくりキャラバンを開設

1月20日(日)		1月13日(日)		1月12日(土)		12月16日(日)		とき	
12.3 0 ~16.00	10.0 0 ~12.00	12.00~15.30	10.0 0 ~12.00	13.00~16.00	12.3 0 ~15.30	10.0 0 ~12.00			
市浦中学校		内金高相 分校校	市浦中 校中	相内 児童館	市浦中 学校 体育館	市浦中 学校 体育館	美容と健康のため の女性スポーツ教 室	民謡と フォークダンス	ところ
自分の体力を知ろう (体力診断と指導)		手軽にできる 栄養料理	卓球実技	健康を明るく 家庭を築くために (講演)	冬の体力づくり について (講義と実技)				内容
鳴海吾郎先生	スノーデンクイ 先生	古川教子先生	弘法寺住持 先生	水野成徳先生	弘法寺住持 先生	長内昭子先生	指導者		指導者

12月16日から四回に分けて

体育・スポーツ・レクリエーションの普及と健康・栄養の改善をはかるため、県と村が共催で「体力づくりキャラバン」を四回に分けて開設します。健康で明るい豊かな家庭づくりのためにもすんで参加しましょう。なお、当日はマイク robes を送迎します。

昭和49年 成人式へのご案内

とき 1月15日 午前10時 ところ 相内児童館

- 該当者 昭和28年1月16日から昭和29年1月15日までに生まれた方。
- 案内の方法 個人ごとにご案内の通知をさしあげます。
- 届かないときは、教育委員会へお問い合わせください。



みんな交通災害共済へ

— 1日1円(年額350円)で大きな補償 —

交通災害共済をごぞんじでしょうか。この制度は自動車、バイク、農耕用小型特殊自動車などに乗っていき事故に合ったときに、そのていによつて共済金が支払われるしくみになっています。

- ① 会費(掛金)および共済期間は一人につき三五〇円で加入したときから一年間です。
- ② 加入した市町村から他の地区へ転出しても一年間は有効です。
- ③ 団体加入者(二〇人以上)には一〇円の奨励金が交付されますので、近所勝い合せて一括加入されることをお奨めいたします。
- ④ 加入申込みは、村役場
- ⑤ ① お支払いする見舞金は亡くなられたとき 五〇万円
- ② 治療日数一八〇日以上 一〇万円
- ③ 治療日数九〇日以上 一八〇日未満五万円
- ④ 治療日数三〇日以上 九〇日未満二万円

- (5) 治療日数七日以上 三〇日未満 五千元
- (6) 治療日数七 三未満 三千元
- (7) 事故が起つたときは村役場で見舞金請求の手続きをしてください。見舞金請求には会員証、通事故証明書(警察署で証明して頂けます)と医師の診断書が必要です。事故があつたら軽いやでも、おそろかにしないで、必ず警察へ事故の届出をいたしなさい。

- (8) 加入者が故意又は重大な過失および天災によつて生じた事故は、お支払いいたしません。
- (9) 藤久美子 和島幸子(脇元小)
- (10) 三上利栄子 工藤正子 吉田順子 岡本富士子 岩間あゆ子 佐藤嘉津久(相内小)
- (11) 内小 太田小 山本恵美子 奈良美代子 奈良ゆかり 木村ゆみ子 米谷徹(太田小) 相川恵子 清野貴子 秋田谷泉 宮崎綾子(十三小) 富坂静子 伊南杉子 石岡美栄子(脇元小)

よくがんばりました

商工三昧算帳元合格者

- 三級
- 三和千賀子 武田友子(市浦中)
 - 吉田千絵 秋田谷直子(相内小)
 - 奈良千草(太田小)
 - 相坂嘉人(十三小)
 - 葛西由佳 山田恵美子(脇元小)
- 四級
- 秋田谷知重(市浦中)
 - 三和清美 萬谷美奈子 佐藤良子(相内小)
 - 晃一 成田武典(相内小)
 - 丸山東保子 植野恵子 奈良文子 木村明美(太田小)
 - 安田三夫(十三小)

- 五級
- 藤田佳子 渋谷将仁 三和亨 成田栄子 佐藤信子 秋田谷せき子 鎌田圭子 岐よし子 奈良江里子 土谷洋子(太田小)
 - 小寺失美(十三小)
 - 斎藤まき子 葛西時江子(脇元小)
- 六級
- 三和雅子 武田英子 秋田谷靖浩(相内小)
 - 奈良利美 木村香世子 奈良ゆり(太田小)
 - 萬谷ゆり子 工

昭和48年12月9日


工業統計調査

正しい統計 信実いし



調査員が訪問のときはよろしく協力ください

ひろば

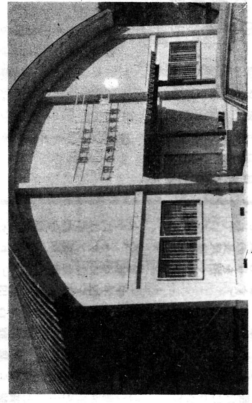
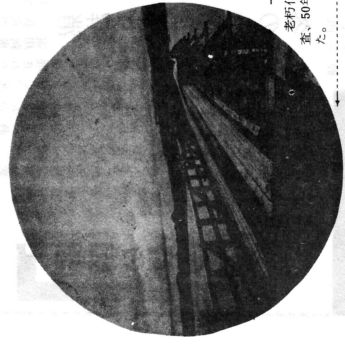


問 広報十一月号で国民年金制度の改正を知りましたが、年金額の引き上げとともにかけ金の高くなったのには驚きました。私一人の収入では毎月四人分の三千六百円のかけ金は負担が大きく、家計にひびきます。どうしたらよいものでしょうか。ご教示ください。(相内地区 三和生52歳)

年金保険料引上げは家計にひびく

答 国民年金法ができた当初から、年金額は物価の変動にスライドさせることを決めていましたし、さらにそれに見合せてかけ金も段階的に上げることになっていました。

働き手があなた一人で四人分の保険料を負担となれば大変なことはよくわかります。しかし、少しでも老後の保障に役立つ年金を受けるためには元気で働けるうちに保険料を納めることがたいせつです。もし、どうしても納められないときは免除の制度があります。ご利用ください。

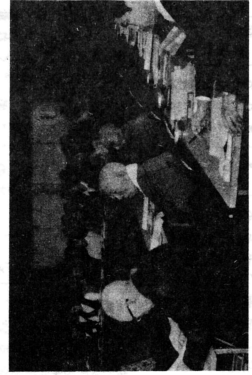


十三橋を承久橋に
老朽化がひどく、明年度開
業、50年度着工に内定しまし
た。

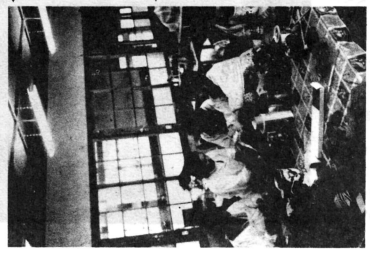
水田小体育館完成
早くから建設がのぞまれていた
水田小体育館が4月に完成、父兄
や子どもたちから喜ばれました。



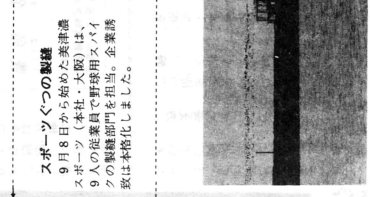
津軽漁りの技術習得
県立木造専修短期学校の分校が脱けられ、津軽漁り
添削工の養成が1月8日から始まり、この1年間に
30人が修了し、企業の従業員として働いています。



第1回村民健康会議
1月11日 130人が参加して開かれました。
提起された問題点は、村民の保健活動に生かし
積極的に参加できる保健行政を進めました。



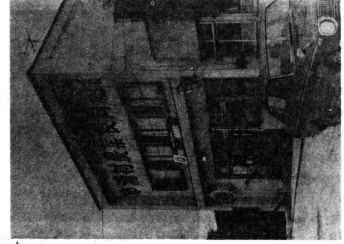
牛のチャンピオン
9月8日から十和田市で開かれた県畜産共進会
で朝岡千代治さん所有の肉用牛がチャンピオン
の栄誉を断つめました。



スゴーツの製錬
9月8日から始まった美津濃
スゴーツ(本社・大塚)は、
9人の従業員で野掛田スバイ
クの製錬部門を担当、企業誘
致は本格化しました。

今年真冬の見込み

さよなら1973年



市浦・小泊農協合併
昨年8月合併準備契約に
調印した両農協は2月1日
正式にスタタートしました。協
行府区域を越えまだ広域農協
の名称は県内で一番目し
た。



老人家従業員が配置
5月1日から、ひ
より重しや寝たきり
老人のお世帯となる老
人家従業員(ホー
ムヘルパー)が配置
され、大変喜ばれま
した。



牛のチャンピオン
9月8日から十和田市で開かれた県畜産共進会
で朝岡千代治さん所有の肉用牛がチャンピオン
の栄誉を断つめました。



日照り焼きで牛の水きん
5月から7月初めまで日照りが続き、放牧場
は牛の水きんに隔まされました。



相内小にプール
村内で初めてのプールが完成し、8月1日
にぎやかにプール開きが行われました。



十三小に芸術指導員
白鳥保美の成長みとらられ五月十日
監督から表彰状贈られました。

モノ不足に対処する

アラブ産油国の石油供給が思うようにならず、石油事情は悪化するばかりです。国や県でもすでに石油、電力などの節約を広く呼びかけていますが、私たちも日常生活の中にムダがないかどうか、暮しの隅々まで総点検してみる必要があるのでは。

「物をたいせつに」といってもピンとこない人も多い時代ですが、生活必需品や機械器具の合理的な使い方はみんなの協力がなければいけません。まず、マイカーをみだりに使用するのはやめたい

もの。バスや自動車による団体旅行は自粛することか、室内の暖房は二十度C以下に保ち、器具はムダのない利用で燃料の節約をはかりたいものです。テレビ、ラジオ、電灯の



ガスストーブを
うまく使って
...

ケチケチするのが美德の時代

水の流しっぱなしはやめろ
水を流しっぱなしにしている水が流しながら



ひとひねり一分間石油かん八分目の水が流れます。

歯をみがき、顔や手を洗うのは大変なムダです。じや口をひとひねると一分間で石油かん八分目ほどの水が流れます。

生活の中でなんの気なしにやっていることが、案外ムダにつながっていることがあります。

タイマーの設定をうまく
あかりをつけっぱなしにしていませんか。また、洗たく機や魚焼器はタイマーの設定をうまく使ってロスをなくしてください。

ガスは炎の調節で
炎の大きさをうまく調節

炎の大きさをうまく調節



ガスは火の
調節で

衣類のお古は気軽に贈る
小さくなった洋服は気軽に贈ったり、もったりして活用しましょう。

使用済みの紙はフルに活用
粗末にされているのが紙です。使用済みの紙は捨てることなく、メモやこども用落書き、画用紙代わりに使い、利用できないものはくず屋に出しましょう。紙はほとんどが再生できます。

洗剤は適量に
洗剤は多く使うほど汚れがおちると考えていません

廃物利用を助行しよう
廃物利用の励行は、いまもむかしも変わっていません。ゴミとして捨てる前にもういちど利用価値を見きわめてください。捨てるだけでなく、物を買って包材してもらわないようにしてください。



捨てられているゴミの大半は紙です。もっと活用しなくては

保健 衛生

高血圧症(脳卒中)

血圧が異常に高く、高血圧を中心とする病気を高血圧症といっています。その九割は原因不明の本態性高血圧症で、残りは腎臓やホルモンの病気などのために起こります。

本態性高血圧は治らない病気だといわれます。しかし、だからといって決して悲観する必要はありません。

摂生を守り、合併症を防ぐ

高血圧でボツボツいりく人は四分の一しかありません。ですから、ふだんから十分摂生を守って、いろいろな合併症を起こさないよう気をつけましょう。

脳卒中や心筋梗塞、狭心症の発作は、高血圧や動脈硬化症の土台の上になにかの「きっかけ」が加わって起こります。

きっかけによる発作を防ぐには

- ①規則正しい生活。十分な睡眠、仕事の合間に楽な姿勢で休むこと。昼寝は大いに結構。
- ②はげしい運動はさける。しかし、軽い運動、体操、散歩などはかえってよい。
- ③塩辛いもの、暴飲暴食

はいけません。ふとりすぎの人は減食して標準体重近くまでへらすこと。

④酒とたばこはほどほどに、心臓の悪い人にたばこは厳禁。

⑤寒い思いをしないように。夜中の小用はシピンでとる。風呂は40度C前後に脱衣場が寒いときはあたためる。

⑥あせらず、いらだたず心の平静を保つよう心がけること。

⑦勝手にクスリをのんではいけません。

脳卒中の応急手当

- なるべくその場で看護する。
- 頭と上半身を高くあお向けに寝かせる。(顔



色が良い時は頭を低く足を高く。
●頭と心臓を水のうで冷やす。
●尿や便をもらすことがあつたのでビニール布をあてる。
●部屋をうす暗くし、静かにして医師を待つ。

血圧についての考え方

血圧はたえず動いていきます。したがって、ほんとう

に高血圧であるかどうかはできるだけ何回もはかってみなければ確定できません。しかし、いちども最低血圧が一五〇ミリ、最小血圧が九〇ミリ以上だった人は、さらによくわく検査をうけて、自分のからだのようすを知っておく必要があります。

「この地方は冬の北西風が強い。また一般鳴りが激しい。また一般

屋敷 実用された	長尺 の特許	新案 された	とよ しま	島	金	吾	さん	四
-------------	-----------	-----------	----------	---	---	---	----	---

考案し
申請を
受理

考案し
申請を
受理

今月の健康相談日のお知らせ

▼十三日 太田生改センター
▼十四日 田桂川分校
▼お当日はいずれも午前九時から正午まで健康相談と国民年金相談を開設し、午後六時から九時まで部署座談会を開きます。多数おいでください。

今月の健康相談は、移動民生委員と年末のためつぎとおり変更になります。
▼十日 十二公民館
▼十一日 福元公民館
▼十二日 役場会議室

冬のトタン鳴り解消

「蟻掛式のように吊子(つりこ)で止める方法をやめ一枚のトタンを折り曲げくぎで固定するだけです」と説明し「蟻掛長尺の中吊子の部分はL型の中吊子を入れトタンを折り曲げるので中吊子の

的に普及されている蟻(あり)掛式の長尺は雨もりやスガもりを招く欠点があります」
竹を割つたような明るい性格は単刀直入、歯に衣(きぬ)を着せることなくなんでもよく話す。考案した長尺について

「長尺の實用新案特許を申請し受理された北五地方では豊島さんが初めてで、一日も早い許可が待たれている。十三地区で板金業を営んでいる。まだ独身。

今月の訪問



ふるさとこの歴史 (19)

市浦村の史跡 ⑥

山内 英太郎

南善寺跡

古書に「永禄二年(一五六一)八月十六日、グレゴリと称する紅毛人十三湊に來り、貴利支丹寺をグレゴリチャペルと稱し、南善寺を建立せり。然るに地人是を信じけれども、是の紅毛人医業をなして多くの貧民を救ふ。故に天正元年(一五七三)に至りては七十五人の信者を得たり云々」とある。また、「十三港パレン」信徒隠住の頃には、長崎ジエスト高山右近貴利支丹信徒奥州東日流(つがる)十三港に落忍び、グレゴリチャペルに七十五人隠住」とあり、さらに、「十三湊の落人の中には高山右近貴利支丹一族十八人落忍住す」とある。

十三山渡迎寺

新北海道史編集員、永田富智(とみと)著(講談社発行)の「えぞキリシタン」にも論文が掲載されているが、遺跡は現在調査中で確認されていない。建保二年(三三四)六月浄土宗の元祖法然上人の直弟、金光(こんこう)上人は東日流(つがる)に巡錫し、同三年に十三の山王十三宗寺を訪ねて布教し、十三湊で安倍氏、十三氏の一族並びに有縁無縁の菩提を弔らした。また、平民殉難の靈を追善供養するとして、十三湊に渡迎寺を建立し、開基となつて念佛布教につとめた。当寺は津軽三千坊の一つである、十三千坊の名残り

をどめる津軽中世史に著名な古い寺院である。明暦二年(一六五六)四月三十日、十三町大火により焼失し、同年八月再建されたが、その後再び類焼の難に遭い、天明年中(一八一三)再築されたが、おりからの大火、今日に至っているが、本堂向拝の礎石に建立の年号が刻まれて当時を物語っている。津軽藩時代には、津軽氏二代藩主信政公の危難を救つたとの功により、知行一十石を拝領し、寺格も上位に位置づけられていた。寺主

の十王曼陀羅は岩佐又兵衛筆と伝えられ、明治年中大正天皇太子として青森県においでなつた時、西洋軽郡を代表して台覧に供された。現在は正月盆の十六日、春彼岸の中日に公開されている。本堂の建築様式は飛騨時代の面影を残しているといわれ、二百年以上を経た建造物として、前記曼陀羅とともに文化財として指定申請を要望されている。又境内には十三秀栄公の墓碑と伝えられる五輪塔、天明大さきんの供養碑とみられる名号石等現存する。近年、諸学者や郷土史研究者の参観が多くなり、津軽文化を物語る建造物の一つとなっている。



文化財指定がのぞまれている渡迎寺

窓の戸籍

丈夫な赤ちゃんに育ててください

- 嗚海 麻央(相内) 憲也
- 安田 淳子(十三) 広幸
- 浜田 蘭子(十三) 昭彦
- 山田恵理香(脇元) 猛
- 豊島 静子(脇元) 勇
- 豊島 好幸(十三) 心一
- 白川 逸朗(相内) 隆治
- 久保田和美(相内) 政光
- 人生第二のスタートを
- 祝福します
- (松橋 英一(重力) 村上千賀子(十三))
- (大川 幸盛(愛知) 金子 相内)
- (小川 忠良(札幌) 豊島ヒサ子(十三))
- (小川 忠良(札幌) 豊島ヒサ子(十三))
- (奈良 勝義(太田) 金沢美智子(車力))
- (長谷川正一(木造) 吉田 貞子(相内))
- (工藤 千秋(十三) 西谷美代子(東京))
- (大川 邦夫(磯松) 樋口ひとみ(田舎館))
- (二瓶 一男(福島) 佐藤久美子(相内))
- (小枝 光昭(弘前) 白川 光子(十三))
- (小川 邦夫(磯松) 樋口ひとみ(田舎館))

○：さて広報もみなさまのご協力により、この一年間いちども欠号することなく発行することができました。そして、一月号で九十号をかぞえることになりました。新しい年はなお一層の努力をかきね、よりよい紙面づくりにがんばりたいと思います。

編集室から

○：物価値上げに悩まされ、石油危機にさらされながら一九七三年も余すところあと半月、なんとまあわただしい年の瀬となりました。